



Pasos que usted puede tomar ahora para prepararse para una emergencia de salud pública

www.protectioniowahealth.org

Desarrolle un plan de comunicación

Su familia tal vez no este junta cuando ocurra una emergencia, así que necesita establecer un plan de comunicación para mantenerse en contacto cercano. Discuta sus opciones y tomen las decisiones juntos.

- ✓ Escoja un lugar para reunirse y otro alternativo fuera de su vecindario.
- ✓ Escoja un contacto de emergencia.
- ✓ Este preparado para usar un teléfono alámbrico y/o un teléfono celular.
- ✓ Coloque los números de teléfono de emergencia cerca de todos los teléfonos en casa.
- ✓ Enseñe a los habitantes de la casa como y cuando llamar al 9-1-1 para pedir asistencia de emergencia
- ✓ Pídale también a un amigo o pariente que viva fuera del estado que sea un contacto de emergencia. En algunas ocasiones es más fácil llamar a un número fuera del estado si durante una emergencia el servicio telefónico es interrumpido.
- ✓ Discuta que hacer con sus mascotas.

Prepare un Equipo de Provisiones de Emergencia

Durante o después de una emergencia no habrá tiempo de buscar provisiones. También existe la posibilidad de que las tiendas no estén abiertas para cubrir necesidades básicas. Guarde el equipo en un lugar accesible al que tenga rápido acceso. Las provisiones recomendadas para el equipo de provisiones de emergencia incluyen:

- ✓ Agua, un mínimo de un galón por persona por día para un mínimo de tres días, almacenado en un contenedor de plástico
- ✓ Comida, suficientes víveres no-perecederos para al menos tres días
- ✓ Un equipo de primeros auxilios
- ✓ Medicamentos recetados – vigile las fechas de caducidad
- ✓ Un radio de pilas, linternas y pilas extra
- ✓ Un abrelatas
- ✓ Un lecho donde dormir para cada persona
- ✓ Artículos de higiene personal
- ✓ Una máscara de polvo o camiseta de algodón para cada persona para ayudar a filtrar el aire
- ✓ Un silbato para pedir ayuda
- ✓ Un contenedor a prueba de agua para documentos importantes tales como la licencia para conducir, certificados de nacimiento, copias de recetas médicas y pólizas de seguro.